



COMPTE RENDU Réunion annuelle de course à pied

Vendredi 14 Janvier 2022

En raison des conditions sanitaires liées à la Covid-19, l'assemblée générale du club n'a pas pu se tenir. Une réunion du bureau ASCHR a eu lieu le 14 janvier pour le bilan 2021 et les perspectives 2022 pour le club.

Le bureau de la section course à pied et marche sportive y a présenté son propre bilan 2021 et le programme 2022.

Bilan Année 2021

62 adhérents (dont 14 du Centre hospitalier) répartis comme suit :

- ◆ 35 hommes
- ◆ 27 femmes
- ◆ Plus les nouveaux arrivés en cours d'année et qui souhaitent intégrer le club en janvier 2022 ; bienvenue à Stéphanie Roy, Pascal Richard (dit Calou), Rodolphe Vilotte, Christine Bonnin,
- ◆ les autres futurs éventuels candidats doivent l'être par parrainage d'un adhérent ou accord du bureau après quelques séances d'essai ; les hospitaliers sont prioritaires.

Nos principaux évènements en 2021

En raison de la Covid,

- annulation des courses prévues du 1^{er} semestre ainsi que la course de Soubise.
- Reprise des entrainements en juin avec pot de retrouvailles au stade
- Course du Run des pertuis , 20 kms , prise en charge par le club (15 participants) (20 euros)
- 30^{ème} Marathon de La Rochelle, semi Marathon et 10 kms avec remboursement à hauteur de 25 euros pour le marathon. (17 participants)
- Ultra marin avec prise en charge de 30 € pour l'hébergement au titre de la sortie annuelle . (27 participants !)

Depuis septembre, bonne participation de nombreux adhérents aux entrainements et diverses sorties ...

Et organisation/participation/aide pour les évènements propres au club : Octobre rose 4240 participantes et 50 340€ reversés et Telethon nouveau format apprécié, 3115 € remis.

NOUVEAU en 2022 :

Mise en route d'un groupe de marche sportive au sein de la section course à pied, chacun pouvant profiter d'une ou l'autre activité ou les deux. Même prix d'adhésion donc et certificat médical idem course.

Réferent du groupe : Dominique Delahaie

Fanny Faure en son absence

L'entrainement se fait le mercredi au stade , 18h et les sorties du dimanche seront calquées sur celles des coureurs.

Tout le monde est invité à y participer .

Bureau :

Pascal Michardiere et Jean Luc Roy quittent le bureau et nous les remercions pour leur aide précieuse,

Christian Vanden Breedem et Dominique Delahaie les remplacent,

Bienvenue !

Idées de projets :

Travailler en bike and run (Jacques et Roger)
Initier au parcours d'orientation (Christian et Dominique), dites nous qui est intéressé pour un 1er groupe d'essai bientôt,
Maintenir la séance du lundi à 18h au port en récupération , même sans présence d'un coach
Séance du vendredi : garder le parcours sécurisé actuel pour faire du seuil (surtout la nuit), alterner avec Tonny Charente pour les cotes

Adhésion 2022 :

L'association a fixé le prix de l'adhésion 2022 :
48 euros pour un hospitalier
60 euros pour un non hospitalier
25 euros pour un étudiant

Le paiement par chèque doit être mis à l'ordre de l'ASCHR et votre dossier **complet** peut être déposé ou adressé dans la boîte à lettres de

Patricia Daigre 15 av Gal de Gaulle Le Vergeroux (06 77 67 71 68)
Jacques Rouhier, 59 rue Denfert Rochereau Rochefort (06 29 11 62 13)

Avant le 1er février svp

Après cette date, seuls les adhérents 2022 pourront profiter de l'entraînement coaché du mercredi au Polygone et recevront le mail hebdomadaire.

Règlement intérieur :

En recevant votre dossier d'inscription, vous avez lu le règlement intérieur modifié par le bureau en décembre ; nous avons insisté sur le port du maillot du club pour les courses prises en charge par le club .

Nous rappelons que s'inscrire à notre association comprend l'implication de chaque adhérent aux différentes organisations (Soubise, Octobre rose et le Téléthon), que le bureau fait son possible pour que l'année sportive se déroule au mieux pour tous, avec la convivialité qui fait notre réputation et que nous devons aussi penser à la santé de tous en appliquant les mesures sanitaires actuelles.

Programme de l'année 2022

Organisations de l'association

- ◆ Course de la générosité à Soubise , dimanche 12 juin
parcours de 10 km, 5km et marche
- ◆ Octobre Rose à Rochefort Samedi 8 octobre
- ◆ Téléthon à Rochefort dimanche 4 décembre
tracé idem que 2021

Courses prises en charge par le club : si édition 2022 possible !

A ce jour et selon le calendrier des courses, nous vous proposons :

1. **TRAIL de la Côte Sauvage à Ronce les Bains**

18 et 28 kms le 13 février à 9h

Inscription individuelle 14€ (prix idem pour les 2 courses)

Circuit marche 10 km inscription sur place, départ libre à partir de 9h10 prix : 4 €

Site : <https://club-co17.com/trails/>

2. **Eikiden ASPTT La Rochelle à L' Houmeau**, complexe sportif de la Pinelière le 3 avril à 9h

42.195 km à parcourir en relais de 6 coureurs (5km,10km,5km,10km,5km et 7.195km), en équipe femmes, hommes ou mixte. 60€ par équipe.

Constituez vos équipes et inscrivez vous sur le site Chronom.org

Site : <http://ekiden-asptt-larochelle.fr/2021/09/18/programme-ekiden-79/>

Marcheurs : rando possible port du plomb, chemin de Pampin etc

3. 3^{ème} course dans le 2eme semestre, info plus tard...

4. **WE /Sortie annuelle** avec prise en charge d'une partie de l'hébergement à préciser ultérieurement au Domaine des Monédières en chalet de 6 pers (base de 154€ /2 nuits / 6 pers soit 25.5 € nuit/pers NB :Sortie organisée si au moins 12 participants

Date : 13 et 14 mai : courses et randos le samedi

Repas Aligot Saucisses le samedi soir (15€)

TRAIL des MYRTILLES à Chaumeil (19) dans le massif des Monédières. A 360km de Rochefort, trajet 4h

Coureurs : 5 distances : 9km (nocturne ou jour), 14 km , 21 km , 53 km solo ou à 2 relais de 25+ 28kms

Marcheurs : 2 randos de 7 et 14 kms, 1 marche nordique 18km

Inscriptions individuelles sur Klikego pour les courses

Site : <https://www.traildesmyrtilles.com/>

Réservations hébergement chalet auprès de Sylvie (vous pouvez vous grouper par 6 avant). Chaque chalet sera réservé dès 6 personnes inscrites. Remboursement si confinement..

Site : <https://www.domaine-des-monedieres.com/>

Courses/ Projets personnels proposés à tous :

- ◆ **8 avril** Infinity Trail d'Hossegor (Jacques Rouhier)
4 participants
- ◆ **5 juin** Course des gendarmes et voleurs de temps (Fanny Faure)
10, 20, 32, 52 kms course + rando +marche nordique
- ◆ Marathon de Lisbonne non retenu car en 2022, il aura lieu le 8 octobre (Octobre rose à la même date !)
- ◆ **27 novembre** Marathon de San Sebastian ,Espagne (Sylvie Grilly)
Date à confirmer par le comité espagnol mais séjour d'environ 5j .
Marathon, semi marathon et 10kms + marche en bord de mer
Hébergement en appartements centre ville (résa de groupe)
NB : organisation si au moins 12 participants

Pour mieux anticiper les différentes courses, un Doodle récapitulatif vous est proposé dans le mail pour nous indiquer vos choix ; nous restons à votre écoute pour de plus amples informations

https://doodle.com/poll/mb2nb7u98wcbkvbf?utm_source=poll&utm_medium=link

Bonne année sportive à nous tous !
Le bureau